

令和8年11月

●形状は、月齢などに合わせています。試していない食材がある場合や不安な食材がある場合は、早めに担任へご連絡ください。

日	曜日	初期食 (5～6か月)	午前食				午後食		
			中期食(7～9か月)	後期食(9～12か月)	完了食(12か月～)		中期食・後期食	完了食	
2 ・ 16	月	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥 白身魚の野菜あんかけ スープ	米 白身魚 玉ねぎ、コーン、人参 豆腐、玉ねぎ	五倍粥 白身魚のやわらか煮 人参サラダ スープ	米 白身魚 玉ねぎ、コーン、人参 豆腐、玉ねぎ ・切り干し大根煮→干し椎茸抜き ・豚汁→豚肉を肉団子へ変更	青のり粥 スープ	米、青のり 玉ねぎ、人参、麩	乳児食と同じ
4 ・ 18	水	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	くたくたうどん 豆腐の野菜あんかけ 果物	うどん、人参、玉ねぎ、キャベツ 豆腐 ほうれん草、もやし、しらす バナナ	くたくたうどん 豆腐のやわらか煮 ほうれん草の和え物 果物	うどん、人参、玉ねぎ、わかめ 豆腐 ほうれん草、もやし、しらす バナナ ・焼きうどん→かまぼこ抜き	チーズ粥 スープ	米、粉チーズ 人参、コーン、キャベツ	乳児食と同じ
5 ・ 19	木	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ささみ粥 さつま芋サラダ スープ	米、ささみ さつま芋、人参、玉ねぎ もやし、かぶ、人参	ささみ粥 さつま芋サラダ スープ	米、ささみ さつま芋、人参、玉ねぎ もやし、かぶ、人参 ・ハインチーフアン→肉団子へ変更	青菜粥 スープ	米、小松菜 玉ねぎ、人参、豆腐	乳児食と同じ
6	金	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥 ささみの野菜あんかけ スープ	米 ささみ じゃが芋、玉ねぎ、人参 大根、白菜、人参	五倍粥 ささみのやわらか煮 じゃが芋の煮物 スープ	米 ささみ じゃが芋、玉ねぎ、人参 大根、白菜、人参 ・はすのさんばい→人参のさんばい へ ・根菜汁→えのき抜き	玉ねぎ粥 スープ	米、玉ねぎ じゃが芋、人参	乳児食と同じ
7 ・ 21	土	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	肉野菜粥 ぼてぼてサラダ スープ	米、玉ねぎ、人参 じゃが芋、さつま芋、人参 小松菜、コーン	肉野菜粥 ぼてぼてサラダ スープ	米、玉ねぎ、人参 じゃが芋、さつま芋、人参 小松菜、コーン 乳児食と同じ	豆腐粥 スープ	米、豆腐 さつま芋、人参、玉ねぎ	乳児食と同じ
9 ・ 30	月	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥 鮭の野菜あんかけ スープ	米 鮭 小松菜、人参、ひじき 人参、大根	五倍粥 鮭のやわらか煮 ひじき和え スープ	米 鮭 小松菜、人参、ひじき 人参、大根 ・ざくざく→ごぼう、干し椎茸、こんにゃく抜き	ミルク粥 スープ	米、粉ミルク 小松菜、人参、豆腐	乳児食と同じ
10 ・ 24	火	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	人参粥 ささみの野菜あんかけ スープ	米、人参 ささみ ブロッコリー、人参、かつお節 麩、大根	人参粥 ささみのやわらか煮 ブロッコリーおかか和え スープ	米、人参 ささみ ブロッコリー、人参、かつお節 麩、大根 ・しよいめし→人参ご飯へ ・鶏の照り焼き→肉団子へ変更	さつま芋粥 スープ	米、さつま芋 人参、ブロッコリー、のり	乳児食と同じ

日	曜日	初期食 (5～6か月)	午前食				午後食		
			中期食(7～9か月)	後期食(9～12か月)	完了食(12か月～)		中期食・後期食	完了食	
11 ・ 25	水	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	パン粥 白身魚の野菜あんかけ スープ	食パン 白身魚 ブロッコリー、かぼちゃ、人参 コーン、玉ねぎ、人参 粉ミルク	スティックパン 白身魚のやわらか煮 ブロッコリーとかぼちゃのサラダ スープ	食パン 白身魚 ブロッコリー、かぼちゃ、人参 コーン、玉ねぎ、人参 粉ミルク	乳児食と同じ	ツナ粥 スープ	米、ツナ さつま芋、人参、カリフラワー 乳児食と同じ
12 ・ 26	木	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	肉野菜粥 白菜サラダ スープ ヨーグルト	米、ささみ、じゃが芋 人参、玉ねぎ 白菜、人参、りんご かぶ、玉ねぎ	肉野菜粥 白菜サラダ スープ ヨーグルト	米、ささみ、じゃが芋 人参、玉ねぎ 白菜、人参、りんご かぶ、玉ねぎ	乳児食と同じ	お粥 スープ	米 じゃが芋、玉ねぎ、人参 乳児食と同じ
13	金	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	くたくたうどん ささみの野菜あんかけ	うどん、人参、玉ねぎ、豆腐 ささみ ほうれん草、もやし、人参	くたくたうどん ささみのやわらか煮 ほうれん草の和え物	うどん、人参、玉ねぎ、豆腐 ささみ ほうれん草、もやし、人参	・ミエンシェン→油揚げ、干し椎茸抜き	中)パン粥 後)スティックパン スープ	食パン 食パン コーン、玉ねぎ、人参 粉ミルク 乳児食と同じ
14 ・ 28	土	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ささみ粥 もやしの和え物 スープ 果物	米、ささみ もやし、小松菜、人参 じゃが芋、わかめ、玉ねぎ バナナ	ささみ粥 もやしの和え物 スープ 果物	米、ささみ もやし、小松菜、人参 じゃが芋、わかめ、玉ねぎ バナナ	乳児食と同じ	お粥 スープ	米 さつま芋、玉ねぎ、人参 乳児食と同じ
17	火	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	パン粥 ささみの野菜あんかけ スープ	食パン ささみ ブロッコリー、人参、粉チーズ コーン、玉ねぎ 粉ミルク	スティックパン ささみのやわらか煮 チーズサラダ スープ	食パン ささみ ブロッコリー、人参、粉チーズ コーン、玉ねぎ 粉ミルク	乳児食と同じ	きなこ粥 スープ	米、きな粉 キャベツ、玉ねぎ、人参 乳児食と同じ
20	金	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥 ささみの野菜あんかけ スープ	米 ささみ キャベツ、人参 大根、人参、白菜	五倍粥 ささみのやわらか煮 二色和え スープ	米 ささみ キャベツ、人参 大根、人参、白菜	・豚のかりん揚げ→肉団子へ変更 ・根菜汁→れんこん、えのき抜き	玉ねぎ粥 スープ	米、玉ねぎ キャベツ、玉ねぎ、人参 乳児食と同じ
27	金	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥 豆腐の野菜あんかけ スープ	米 豆腐 ほうれん草、もやし、人参 ちんげん菜、玉ねぎ、コーン	七倍粥 豆腐のやわらか煮 ほうれん草の和え物 スープ	米 豆腐 ほうれん草、もやし、人参 ちんげん菜、玉ねぎ	・春巻き→たけのこ、しいたけ抜き	中)パン粥 後)スティックパン スープ	食パン 食パン ささみ、コーン、玉ねぎ、人参 粉ミルク 乳児食と同じ